

Baby's First Cow's Milk: Tips for Introducing

When to Start...and What to Buy

- At age 1, most healthy babies can be given whole cow's milk.
- Doctors recommend whole milk until your child is two years old.
- Most children need the extra fat in whole milk for brain growth.



Introduce milk slowly...

- You've heard of "baby steps" - in this case, it's "baby sips."
- Introduce milk gradually to help their tummy and taste buds to get used to milk.
- If your child has a reaction, consult with your doctor.



Try a cup!

- Introduce a cup at 9 months of age; wean from the bottle by 15 months.
- Children who use a bottle after 15 months may drink too much milk and be at risk for tooth decay or anemia.
- Good milk intake is 16 ounces or 2 cups of milk each day.



Breast is Best!

One-year-olds can continue to nurse as long as both mother and child desire.



This institution is an equal opportunity provider.

Baby's First Cow's Milk: Tips for Introducing

When to Start...and What to Buy

- At age 1, most healthy babies can be given whole cow's milk.
- Doctors recommend whole milk until your child is two years old.
- Most children need the extra fat in whole milk for brain growth.



Introduce milk slowly...

- You've heard of "baby steps" - in this case, it's "baby sips."
- Introduce milk gradually to help their tummy and taste buds to get used to milk.
- If your child has a reaction, consult with your doctor.



Try a cup!

- Introduce a cup at 9 months of age; wean from the bottle by 15 months.
- Children who use a bottle after 15 months may drink too much milk and be at risk for tooth decay or anemia.
- Good milk intake is 16 ounces or 2 cups of milk each day.



Breast is Best!

One-year-olds can continue to nurse as long as both mother and child desire.



This institution is an equal opportunity provider.

La Primera Leche de Vaca para el Bebé: Consejos para Empezar

Cuándo empezar...y qué comprar

- Al año de edad, a la mayoría de los bebés se les puede dar leche de vaca.
- Los doctores recomiendan la leche entera hasta que su niño tenga dos años de edad.
- La mayoría de los niños necesitan la grasa extra de la leche entera para el desarrollo del cerebro.



Introdúzcala poco a poco...

- ¿Ha escuchado de los "pasos de bebé"? – en este caso es "sorbos de bebé".
- Introduzca la leche gradualmente para ayudar a que su estómago y paladar se acostumbren a la leche.
- Si el niño tiene una reacción, consulte con su doctor.



¡Intente con una Taza!

- Introduzca la taza a los 9 meses de edad; quitele el biberón a los 15 meses.
- Los niños que usan biberón después de los 15 meses podrían tomar demasiada leche y estar en riesgo de pérdida de dientes o anemia.
- Una buena cantidad de leche es 16 onzas o 2 tazas de leche diarias.



¡El Pecho es Mejor!

Los niños de un año pueden seguir amamantando hasta que la madre y el niño deseen.



La Primera Leche de Vaca para el Bebé: Consejos para Empezar

Cuándo empezar...y qué comprar

- Al año de edad, a la mayoría de los bebés se les puede dar leche de vaca.
- Los doctores recomiendan la leche entera hasta que su niño tenga dos años de edad.
- La mayoría de los niños necesitan la grasa extra de la leche entera para el desarrollo del cerebro.



Introdúzcala poco a poco...

- ¿Ha escuchado de los "pasos de bebé"? – en este caso es "sorbos de bebé".
- Introduzca la leche gradualmente para ayudar a que su estómago y paladar se acostumbren a la leche.
- Si el niño tiene una reacción, consulte con su doctor.



¡Intente con una Taza!

- Introduzca la taza a los 9 meses de edad; quitele el biberón a los 15 meses.
- Los niños que usan biberón después de los 15 meses podrían tomar demasiada leche y estar en riesgo de pérdida de dientes o anemia.
- Una buena cantidad de leche es 16 onzas o 2 tazas de leche diarias.



¡El Pecho es Mejor!

Los niños de un año pueden seguir amamantando hasta que la madre y el niño deseen.



USDA es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidad a todos.